Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Самарский государственный аграрный университет»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
доцент И.Н. Гужин

_____

«___» _____ 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективные курсы по физической культуре и спорту.
Спортивные и подвижные игры

Направление подготовки: ***38.03.041 Государственное и муниципальное управление***

Профиль: ***Муниципальное управление***

Название кафедры: ***Физическая культура и спорт***

Квалификация: ***бакалавр***

Формы обучения: ***очная, заочная***

Кинель 2019

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» является формирование способности методически обоснованно и целенаправленно использовать средства физической культуры и спорта, позволяющей обучающимся выработать индивидуальную здоровье сберегающую жизнедеятельность, профессиональную надежность и устойчивость на рынке труда, самоподготовку к будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

- обучить практическим умениям и навыкам на занятиях различными видами спорта;
- обеспечить высокий уровень функционального состояния организма, психофизического развития и двигательной подготовленности;
- развивать индивидуально-психологические и социально-психологические качества и свойства личности, необходимые для успешной профессиональной деятельности, средствами физической культуры и спорта;
- сформировать устойчивое положительное мотивационно-ценностного отношение к здоровому образу жизни и готовность к самоопределению, самосовершенствованию и саморазвитию.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.14.02 «Элективные курсы по физической культуре и спорту. Спортивные и подвижные игры» относится к вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Дисциплина изучается во 2 семестре 1 курса, в 3 и 4 семестрах 2 курса, в 5 и 6 семестрах 3 курса и 7 семестре 4 курса очной формы обучения, во 2 семестре 1 курса, в 4 семестре 2 курса и в 6 семестре 3 курса заочной формы обучения.

3 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ЗАВЕРШЕНИИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (в соответствии с ФГОС ВО и требованиями к результатам освоения ОПОП):

Код компетенции	Результаты освоения ОПОП (Содержание компетенций)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: основные средства и методы физического воспитания
		Уметь: подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств
		Владеть: методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

для очной формы обучения

Вид учебной работы		Трудоемкость дисциплины		Семестры (кол-во недель в семестре)					
		Всего часов	Объем контактной работы	2 (18)	3 (18)	4 (18)	5 (18)	6 (18)	7 (18)
Аудиторная контактная работа (всего)		328	328	54	54	54	54	54	58
в том числе	Практические занятия	328	328	54	54	54	54	54	58
Вид промежуточной аттестации (зачет)		зачет			зачет		зачет		зачет
Общая трудоемкость, час.		328	0,75	54	54	54	54	54	58

для заочной формы обучения

Вид учебной работы		Трудоемкость дисциплины		Семестры (кол-во недель в семестре)		
		Всего часов	Объем контактной работы	2 (3)	4 (3)	6 (3)
Самостоятельная работа (всего), в том числе:		328	0,25	108	108	112
СРС в семестре:	Самостоятельное изучение разделов	328		108	108	108
СРС в сессию:	Зачет	4				4
Вид промежуточной аттестации (зачет)		зачет				зачет
Общая трудоемкость, час.		328	0,25	108	108	112
Общая трудоемкость, зачетные единицы		9		3	3	3

4.2 Тематический план лекционных занятий

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

4.3 Тематический план практических занятий

для очной формы обучения

№ п./п.	Темы практических занятий	Трудоемкость, ч
1	**Обучение игре в баскетбол**	**108**
1.1	**Техника игры в баскетбол**	**72**
1.1.1	Обучение технике передачи-ловли мяча	28
1.1.2	Обучение технике ведения мяча	12
1.1.3	Обучение технике бросков мяча в корзину	28

1.1.4	Прием контрольных нормативов	4
1.2	**Тактика игры в баскетбол**	**36**
1.2.1	Основы тактики игры в защите	16
1.2.2	Основы тактики игры в нападении	16
1.2.3	Контрольное испытание	4
2	**Обучение игре в волейбол**	**108**
2.1	**Техника игры в волейбол**	**72**
2.1.1	Обучение технике приема-передачи мяча	34
2.1.2	Обучение технике подачи мяча	34
2.1.3	Прием контрольных нормативов	4
2.2	***Тактика игры в волейбол***	**36**
2.2.1	Основы тактики игры в защите	16
2.2.1	Основы тактики игры в нападении	16
2.2.3	Контрольное испытание	4
3	**Обучение игре в мини-футбол**	**112**
3.1	**Техника игры в мини-футбол**	**72**
3.1.1	Обучение технике приема-передачи мяча	28
3.1.2	Обучение технике ведения мяча	12
3.1.3	Обучение технике ударов по воротам	28
3.1.4	Прием контрольных нормативов	4
3.2	**Тактика игры в мини-футбол**	**40**
3.2.1	Основы тактики игры в защите	18
3.2.2	Основы тактики игры в нападении	18
3.2.3	Контрольное испытание	4
Всего:		**328**

4.4 Тематический план лабораторных работ

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом.

4.5 Самостоятельная работа

для очной формы обучения

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

для заочной формы обучения

Вид самостоятельной работы	Название (содержание работы)	Объем, акад. часы
Самостоятельное изучение разделов	**Обучение игре в баскетбол**	**108**
	1.1 Техника игры в баскетбол	54
	1.2 Тактика игры в баскетбол	54
Самостоятельное изучение разделов	**Обучение игре в волейбол**	**112**
	2.1 Техника игры в волейбол	20
	2.2 Тактика игры в волейбол	20
Самостоятельное изучение разделов	**Обучение игре в мини-футбол**	**108**
	3.1 Техника игры в мини-футбол	54
	3.2 Тактика игры в мини-футбол	54
ИТОГО		**328**

5 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Работу с настоящей рабочей программой следует начать с ознакомления, где особое внимание следует обратить на вопросы, вынесенные для самостоятельного изучения. Обучающиеся должны иметь представление о физической культуре как части общечеловеческой культуры и ее роли в развитии человека и подготовке специалиста, об анатомо-морфологических особенностях и основных физиологических функциях организма человека, общей и специальной физической подготовке. Обучающиеся должны знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни, методики самостоятельных занятий, особенности использования средств физической культуры для оптимизации работоспособности, а также морфофункциональные особенности и возрастно-половые аспекты развития основных физических качеств и двигательных навыков. Обучающиеся должны уметь использовать средства и методы физического воспитания для профессионального и личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни; владеть средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности.

Обратить внимание на раздел общефизическая подготовка (ОФП). Знать показатели тестирования по общей физической подготовленности. Планировать самостоятельную работу по дисциплине для подготовки к сдаче нормативов по общей физической подготовленности.

Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу.

Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода).

Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Обучающийся должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты.

При подготовке к зачету, рекомендуется заблаговременно изучить и законспектировать вопросы, вынесенные на самостоятельную подготовку.

Для того чтобы избежать трудностей при ответах на вопросы рекомендуется при подготовке к зачету более внимательно изучить разделы с использованием основной и дополнительной литературы, конспектов лекций, конспектов практических работ, ресурсов Интернет.

При сдаче контрольных нормативов, рекомендуется дополнительно заниматься самостоятельно.

6 ОСНОВНАЯ, ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И РЕСУРСЫ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»:

6.1 Основная литература:

6.1.1. Баранов, В. В. Самостоятельная физкультурно-спортивная деятельность студентов в освоении физической культуры [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / М. И. Кабышева, В. В. Баранов. – Оренбург : ОГУ, 2012. – 214 с. – Режим доступа : https://rucont.ru/efd/177984.

6.1.2. Элективные курсы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: учебное пособие / С. Н. Блинков, В. А. Мезенцева, С. Е. Бородачева. – Кинель : РИО СГСХА, 2018. – 161 с. – Режим доступа : https://e.lanbook.com/book/109462.

6.2 Дополнительная:

6.2.1 Атлетическая гимнастика: методические указания для практических занятий [Электронный ресурс] / С.Е. Бородачёва, В.А. Мезенцева. – Самара: РИЦ СГСХА, 2015. – 22 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/efd/343256

6.2.2 Еремина, Л. В. Атлетическая гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие / Л. В. Еремина. – Челябинск, 2011. – 188 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/199884

6.2.3 Легкая атлетика: методические указания [Электронный ресурс] / В.А. Мезенцева, А.Н. Бочкарев, С.Е. Бородачева. – Самара: РИЦ СГСХА, 2016. – 25 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/efd/353570

6.2.4 Развитие гибкости на занятиях по физической культуре [Электронный ресурс]: методические указания для выполнения практических занятий / А.Ф. Башмак, В.А. Мезенцева. – Самара: РИЦ СГСХА, 2013. – 34 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/efd/224510

6.2.5 Корригирующая гимнастика для профилактики и лечения нарушения осанки [Электронный ресурс]: методические указания для практических занятий / С.Е. Бородачева, В.А. Мезенцева. – Кинель: РИЦ СГСХА, 2016. – 18 с. – Режим доступа: https://rucont.ru/efd/433637

6.2.6 Баскетбол: методические указания [Электронный ресурс] / Башмак А.Ф., Мезенцева В.А., Ишкина О.А. – Самара : РИЦ СГСХА, 2018. – 36 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/668979

6.2.7 Спортивно-техническая подготовка по волейболу [Электронный ресурс]: методические указания для практических занятий / Бородачева С.Е., Ишкина О.А., Мезенцева В.А. – Самара: РИЦ СГСХА, 2018. – 31 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/671258

6.3 Программное обеспечение:

6.3.1. Microsoft Windows 7 Профессиональная 6.1.7601 Service Pack 1;
6.3.2. Microsoft Windows SL 8.1 RU AE OLP NL;
6.3.3. Microsoft Office стандартный 2013;
6.3.4. Microsoft Office Standard 2010;
6.3.5. Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition;
6.3.6. WinRAR:3.x: Standard License – educational –EXT;
6.3.7. 7 zip (свободный доступ).

6.4 Перечень информационно-справочных систем и профессиональных баз данных:

1. http://pravo.gov.ru – Официальный интернет-портал правовой информации;
2. http://www.consultant.ru – Справочная правовая система «Консультант Плюс».

7 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1	Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Спорткомплекс *Самарская обл., г. Кинель, п.г.т. Усть-Кинельский, ул. Спортивная, д. 7.*	Игровой зал оборудованный специализированной мебелью и спортивны инвентарем. Тренажерный зал оборудованный специализированной мебелью, спортивны инвентарем и наглядными материалами. Зал шейпинга и дартса оборудованный специализированной мебелью, спортивны инвентарем и наглядными материалами. Зал настольного тенниса и шахмат

		оборудованный специализированной мебелью, спортивны инвентарем и наглядными материалами. Стадион оборудованный специализированной мебелью и спортивным инвентарем.
2	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, ауд. 3235 *Самарская обл., г. Кинель, п.г.т. Усть-Кинельский, ул. Спортивная, д. 8А.*	Учебная аудитория на 180 посадочных мест, укомплектована специализированной мебелью (столы, лавки, учебная доска) и техническими средствами обучения (экран, проектор, ноутбук)
3	Помещение для самостоятельной работы, ауд. 3310а (читальный зал). *Самарская обл., г. Кинель, п.г.т. Усть-Кинельский, ул. Спортивная, д. 8А.*	Помещение на 6 посадочных мест, укомплектованное специализированной мебелью (компьютерные столы, стулья) и оснащенное компьютерной техникой (6 рабочих станций), подключенной к сети «Интернет» и обеспечивающей доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.
4	Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, ауд. 3203б. *Самарская обл., г. Кинель, п.г.т. Усть-Кинельский, ул. Спортивная, д. 8А.*	Специальный инструмент и инвентарь для учебного оборудования: кисточки для очистки компьютеров и комплектующих, спирт, комплектующие и расходные материалы.

8 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1 Виды и формы контроля по дисциплине

Контроль уровня усвоенных знаний, освоенных умений и приобретенных навыков (владений) осуществляется в рамках текущего и промежуточного контроля в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

Текущий контроль освоения компетенций по дисциплине проводится при изучении теоретического материала, выполнении заданий на практических занятиях, выполнении индивидуального задания. Текущему контролю подлежит посещаемость обучающимися аудиторных занятий и работа на занятиях.

Итоговой оценкой освоения дисциплинарных компетенций (результатов обучения по дисциплине является промежуточная аттестация в форме зачета, проводимого с учетом результатов текущего контроля.

8.2 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения образовательной программы в рамках учебной дисциплины

Оценочные средства для проведения текущей аттестации

Контрольные упражнения по освоению технических приемов игры в баскетбол

№ п/п	Контрольные упражнения	Критерии оценки в (баллах)					
		юноши			девушки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Передачи мяча двумя руками от груди в парах за 30 с (раз)	26	24	23	24	22	20
2	Штрафной бросок (из 10 бросков)	6	5	4	5	4	3
3	Ведение мяча с обводкой стоек (через 3 м) Отрезок 15 м, туда и обратно (с)	8,4	8,7	9,0	9,4	9,6	10,0
4	Броски мяча в кольцо после ведения и двух шагов, из 10 бросков (раз)	7	5	3	5	3	2
5	Броски мяча с места с трех точек в кольцо, по 5 бросков с каждой точки (раз)	8	6	5	7	5	4

Контрольные упражнения по освоению технических приемов игры в волейбол

№ п/п	Контрольные упражнения	Критерии оценки в (баллах)					
		юноши			девушки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Передачи мяча сверху двумя руками над головой (раз)	30	20	10	20	15	10
2	Передачи мяча снизу двумя руками над собой (раз)	25	20	15	20	15	10
3	Прием и передачи мяча в парах (раз)	30	20	10	20	15	10
4	Прямая нижняя подача в зону 1,6, 5 (из 6 подач)	4	3	2	3	2	1
5	Прямая верхняя подача в зону 1,6,5 (из 6 подач)	4	3	2	3	2	1

Контрольные упражнения по освоению технических приемов игры в мини-футбол

№ п/п	Контрольные упражнения	Критерии оценки в (баллах)					
		юноши			девушки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Жонглирование мяча (поочередно правой и левой ногой), раз	15	12	7	10	8	5
2	Передачи и остановка мяча в парах за 30 сек., раз	16	12	9	14	10	8
3	Удар ногой по неподвижному мячу в ворота на точность, (8 ударов), число попаданий	6	5	3	5	4	2
4	Удар ногой по неподвижному мячу, на дальность, м	20	15	10	15	10	6
5	Бег 20 м с ведением мяча вокруг стоек, с	14	17	21	20	23	26

Методика выполнения практических задач

Передачи мяча двумя руками от груди в парах в баскетболе. Мяч берется двумя руками, с широко расставленными пальцами, и держится на уровне пояса. Левая (или правая) нога выставляется вперед. Ноги согнуты в коленях. Пальцы обращены вперед-вниз локти опущены. Поворотом кистей мяч подтягивается к груди. Кисти с предплечьем составляют

прямые углы, пальцы обращены вверх Мяч посылается вперед резким выпрямлением рук до отказа с добавочным движением кистей.

Штрафной бросок в баскетболе. Прежде чем выполнить бросок, нужно расслабиться, опустить руки и вдохнуть, посмотреть на цель. Затем не спеша нужно бросить мяч. Стойка для броска – ноги немного согнуты в коленях, а стопы располагаются на ширине плеч. При этом руки должны тянуться к корзине.

Ведение мяча с обводкой стоек в баскетболе. При ведении мяча с обычным, средним по высоте отскоком обучающийся передвигается на слегка согнутых ногах, туловище несколько наклонено вперед, рука, ведущая мяч, согнута в локте (предплечье параллельно площадке), кисть со свободно расставленными пальцами встречает отскакивающий мяч и накладывается на мяч сверху «от себя». Толчки мяча выполняют равномерно, согласованно со скоростью продвижения и нескольку сбоку от обучающегося.

Броски мяча в кольцо после ведения и двух шагов в баскетболе. Расчёт длины шага для выхода на обозначенные точки, а так же место отталкивания после выполнения двух шагов являются необходимыми элементами при движении. Овладев мячом двумя руками (правая рука сзади мяча левая снизу мяча) под шаг левой ногой, начинается отсчёт двух шагов. Каждый обучающийся считает до двух про себя. Первый шаг правой ногой обучающийся делает длинный вперёд, второй левой ногой короткий с подготовкой выпрыгивания высоко вверх.

Броски мяча с места с трех точек в кольцо в баскетболе. Выполнять броски быстро. В исходном положении перед броском удерживать мяч перед грудью, близко к туловищу. Если бросать одной рукой, нужно вывести локоть бросающей руки вперед. Выпускать мяч через указательный палец. Постоянно удерживать взгляд на цели. Полностью сосредоточиться на броске. Следить за легкостью и непринужденностью броска.

Передачи мяча сверху двумя руками над головой в волейболе. При передаче мяча двумя руками сверху ноги согнуты в коленях, туловище прямое, руки вынесены вперед-вверх, кисти находятся перед лицом и образуют ковш. При передаче обучающийся плавно разгибает ноги, подает руки немного вперед-вверх навстречу мячу. Такое движение продолжается и при соприкосновении рук с мячом, но в этот момент пальцы под воздействием массы мяча отводятся назад, осуществляя мягкую остановку его полета уступающим движением. Завершается передача пружинистым движением пальцев и кистей, за счет которого мяч выталкивается в новом направлении.

Передачи мяча снизу двумя руками над собой в волейболе. Ноги чуть согнуты в коленях, туловище слегка наклонено вперед, руки внизу, кисти вложены одна в другую. При приеме мяча обучающийся, выпрямляя ноги и разгибая туловище, подает руки вперед навстречу мячу, прием мяча выполняется на манжеты. Как и при верхней передаче, необходимо соблюдать последовательность работы отдельных звеньев тела: ног, туловища, рук.

Прием и передачи мяча в парах в волейболе. Главная задача при приеме мяча не дать мячу коснуться площадки. В свою очередь главная задача при передаче, точно направить его нападающему игроку для завершения атаки. Исходя из этого прием мяча является защитным действием, а передача – атакующим.

Прямая нижняя подача в зону в волейболе. Туловище слегка наклонено вперед, мяч удерживается левой рукой, правая опущена. Одновременно с подбрасыванием мяча правая рука отводится вниз-назад на замах. Удар по мячу производится напряженной ладонью (или кистью руки с согнутыми пальцами) выпрямленной руки на уровне пояса и наносят по мячу снизу-сзади. После удара руку вытягивают в направлении подачи и затем фиксируют в таком положении. При этом тяжесть тела переносится на левую ногу.

Прямая верхняя подача в зону в волейболе. И.п. – стоя лицом к сетке, ноги на ширине плеч, левая впереди, мяч в согнутых руках на уровне груди, ладонь левой руки снизу, взгляд направлен на площадку соперника. В правую руку занимающийся отводит для замаха назад, локоть направлен в сторону – вверх. Тяжесть тела переносится на правую ногу, туловище

слегка прогибается. Движением левой руки вверх занимающийся подбрасывает мяч перед собой выше головы. Разгибая опорную ногу, тяжесть тела переносит на впередистоящую ногу, туловище незначительно сгибает вперед, выпрямляя руку, производит удар ладонью со сжатыми пальцами. После удара кисть, сопровождая мяч, сгибается, рука опускается вниз.

Жонглирование мяча в футболе. При жонглировании мячом нужно подбивать его пальцами или подъёмом ноги. Каждый раз, подбивая мяч стараться бить в центр, тогда мяч будет подлетать вверх ровно.

Передачи и остановка мяча в парах в футболе. При передачи мяча нога ставится слегка согнутая в колене в 10-15 см от мяча, чуть сбоку. При этом носок опорной ноги должен точно совпадать с направлением предполагаемого удара. Стопа согнутой в колене бьющей ноги сильно разворачивается наружу. В момент удара середина подъема соприкасается с серединой мяча, с наклонением туловища над мячом. После завершения удара бьющая нога должна продолжать движение за мячом, что обеспечивает продолжительный и точный удар. При исполнении этого удара опорная нога, немного согнутая в колене, ставится рядом с мячом, носок ее «смотрит» точно по направлению удара. Бьющая нога отводится назад, сгибается в коленном суставе и маховым движением бедра выносится вперед. Удар наносится точно в средину мяча, голеностоп напрягается, носок ноги оттягивается вниз, корпус наклоняется вниз. Одновременно с бьющей ногой одноименная рука отводится назад, а другая – выбрасывается вперед-вверх. При приеме встретить мяч ногой в дальней точке, сделать небольшое уступающее (притормаживающее) движение назад принимающей мяч ногой, и, «придавить мяч» перед собой к газону.

Удар ногой по неподвижному мячу в ворота на точность в футболе. Выполняются основными способами: внутренней стороной стопы, внутренней, средней и внешней частями подъема, носком, пяткой, а также коленом, бедром и внешней стороной стопы. Удары производят по неподвижному мячу, а также по мячам, катящимся и летящим в различных направлениях; с места, в движении, в прыжке, с поворотом, в падении. Несмотря на все многообразие ударов по мячу ногой, существуют фазы движений, которые являются общими для многих способов

8.3 Критерии оценивания уровня сформированности компетенций

Оценка результатов обучения по дисциплине в форме уровня сформированности компонентов знать, уметь, владеть заявленных дисциплинарных компетенций проводится по 2-х балльной шкале оценивания путем выборочного контроля во время зачета.

Шкала оценивания зачета

Результат зачета	Критерии
«зачтено»	Обучающийся не имеет задолженностей по дисциплине; имеет четкое представление о современных методах, методиках, применяемых в рамках изучаемой дисциплины; правильно оперирует предметной и методической терминологией; исходный показатель выполнения обязательных тестов по общефизической и профессионально-прикладной физической подготовке, не ниже «удовлетворительно»
«не зачтено»	Обучающийся имеет задолженности по дисциплине; не имеет четкого представления о современных методах, методиках, применяемых в рамках изучаемой дисциплины; не оперирует основными понятиями; не выполнение обязательных тестов.

8.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценка знаний, умений, навыков, характеризующая этапы формирования компетенций по дисциплине проводится в форме текущей и промежуточной аттестации.

Контроль текущей успеваемости обучающихся – текущая аттестация – проводится в ходе семестра с целью определения уровня усвоения обучающимися знаний; формирования у них умений и навыков; своевременного выявления преподавателем недостатков в подготовке обучающихся и принятия необходимых мер по ее корректировке; совершенствованию методики обучения; организации учебной работы и оказания обучающимся индивидуальной помощи.

К контролю текущей успеваемости относятся проверка знаний, умений и навыков обучающихся:

- на занятиях (решение практических задач)
- по результатам отчета обучающихся в ходе индивидуальной консультации преподавателя, проводимой в часы самоподготовки, по имеющимся задолженностям.

Контроль за выполнением обучающимися каждого вида работ может осуществляться поэтапно и служит основанием для предварительной аттестации по дисциплине.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится с целью выявления соответствия уровня теоретических знаний, практических умений и навыков по дисциплине требованиям ФГОС по направлению подготовки в форме зачета.

Зачет проводится после завершения изучения дисциплины в объеме рабочей учебной программы. Форма проведения зачета определяется кафедрой (тестирование физической подготовленности.). Оценка по результатам зачета – «зачтено» и «не зачтено».

Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях, во время выполнения индивидуальных.

Каждая форма контроля по дисциплине включает в себя теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень освоения обучающимися знаний и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и навыков.

Процедура оценивания компетенций, обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки (на каждом занятии).
2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекса мер по устранению недостатков.
3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.
4. Соблюдение последовательности проведения оценки: предусмотрено, что развитие компетенций идет по возрастанию их уровней сложности, а оценочные средства на каждом этапе учитывают это возрастание.

Краткая характеристика процедуры реализации текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине для оценки компетенций обучающихся представлена в таблице:

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
2	Зачет	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. При выставлении оценок учитывается уровень приобретенных компетенций обучающегося. Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами	Тесты для оценки физической и спортивно-технической подготовленности

		по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» – оценивается, когда суммарная оценка выполнения тестов общефизической, спортивно-технической подготовленности и профессионально-прикладной подготовленности по среднему количеству очков, набранных во время всех тестов не ниже, чем на одно очко.	

Рабочая программа составлена на основании федерального государственного стандарта высшего образования (ФГОС ВО).

Рабочую программу разработали:
старший преподаватель кафедры «Физическая культура и спорт»,
Мезенцева В. А. _____

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» «16» мая 2019 г., протокол № 9.

Заведующий кафедрой
ст. преподаватель А. Ф. Башмак _____

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии экономического факультета
канд. экон. наук Н. Н. Липатова _____

Руководитель ОПОП ВО
канд. экон. наук, доцент М. Н. Купряева _____

Начальник УМУ
канд. техн. наук, доцент С. В. Краснов _____